

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DAN PERILAKU
AGRESIF PADA REMAJA**

SKRIPSI

**Diajukan untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi
Syarat Syarat GunaMemperoleh Gelar Sarjana Psikologi
(S.Psi)Pada Fakultas Ushuluddin dan Studi AgamaUIN
Raden Intan Lampung**

**Oleh :
MAOULY ARUMDATI
1831080258**



Program Studi : Psikologi Islam

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
TAHUN AKADEMIK
2022/2023**

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DAN PERILAKU
AGRESIF PADA REMAJA**

SKRIPSI

**Diajukan untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi
Syarat Syarat GunaMemperoleh Gelar Sarjana Psikologi
(S.Psi)Pada Fakultas Ushuluddin dan Studi AgamaUIN
Raden Intan Lampung**



**Oleh :
MAOULY ARUMDATI
1831080258**

Program Studi : Psikologi Islam

**Pembimbing 1 : Dr. M. Afif Anshori, MA
Pembimbing 2 : Annisa Fitriani, S.Psi, MA**

**FAKULTAS USHULUDIN DAN STUDI AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
1444 H/ 2023 M**

ABSTRAK

HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DAN PERILAKU AGRESIF PADA REMAJA

Oleh :
MAOULY ARUMDATI

Masa remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa. Pada masa ini remaja mencari identitas dirinya, masa ini adalah masa dimana individu rentan mengalami suatu masalah dalam dirinya. Salah satu tugas perkembangan yang harus dilewati adalah terkait kemampuan regulasi emosi ketika menghadapi suatu permasalahan sehingga dapat terhindar dari perilaku agresif. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara regulasi emosi dengan perilaku agresif pada remaja. Penelitian dilakukan pada siswa SMK Satu Nusa 3 kelas 11 Teknik Otomotif, sampel diambil menggunakan teknik total sampling sehingga mendapatkan sampel sebesar 43 siswa. Metode pengambilan data menggunakan 2 skala, yaitu skala perilaku agresif dengan jumlah aitem sebanyak 31 aitem dengan nilai alpha sebesar 0.910. skala regulasi emosi dengan jumlah 30 aitem dengan nilai alpha sebesar 0.829. Teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pearson product moment* dengan bantuan *software JASP Ver 15*.

Hasil penelitian menggunakan teknik analisis *pearson product moment* dengan bantuan *software JASP Ver 15*. menunjukkan nilai koefisien korelasi $(r_{x1-y}) = -0.730$ dengan $p < 0.001$ yang artinya ada hubungan negative signifikan antara regulasi emosi dengan perilaku agresif pada remaja. Sumbangan efektif yang diberikan regulasi emosi terhadap perilaku agresif sebesar 53,3%

Kata Kunci : *Perilaku Agresif, Regulasi Emosi*

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Maouly Arumdati
NIM : 1831080258
Program Studi : Psikologi Islam

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul “Hubungan Antara Regulasi Emosi Dan Perilaku Agresif Pada remaja” merupakan hasil karya peneliti dan bukan hasil plagiasi dari karya orang lain. Apabila dikemudian hari ditemukan adanya plagiasi, maka peneliti bersedia menerima konsekuensi sesuai aturan yang berlaku di Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Bandar Lampung, 17 Maret 2023

Menyatakan,



Maouly Arumdati
NPM. 1831080258



**KEMENTERIAN AGAMA
UIN RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA**

Alamat : Jl. Letkol H. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung Telp (0721) 703531, 780421

PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Hubungan Antara Regulasi Emosi Dan Perilaku Agresif Pada Remaja
Nama : Maouly Arumdati
NPM : 1831080258
Jurusan : Psikologi Islam
Fakultas : Ushuluddin dan Studi Agama


MENYETUJUI

Untuk di Munaqosahkan dan di pertahankan dalam sidang munaqosyah
Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Raden Intan Lampung

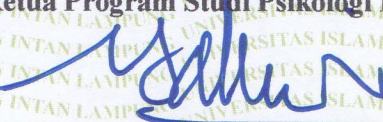
Pembimbing I

Pembimbing II


Prof. Dr. M. Afif Anshori, MA
NIP. 196003131989031004


Annisa Fitriani, S.Psi, MA
NIP. 198901112018012001

Mengetahui
Ketua Program Studi Psikologi Islam


Drs. H.M. Nursalim Malay, M.Si
NIP. 196301011999031001



**KEMENTERIAN AGAMA
UIN RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA**

Alamat : Jl. Letkol H. Endro Suratnini Sukarame Bandar Lampung Telp (0721) 703531, 780421

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul : **“Hubungan Antara Regulasi Emosi Dan Perilaku Agresif Pada Remaja”** disusun oleh : **Maouly Arumdati**
NPM : **1831080258**. Program Studi: **Psikologi Islam**. Fakultas:
Ushuluddin dan Studi Agama, telah dimunaqosyahkan pada hari,
tanggal: **Jum'at, 12 Mei 2023**

TIM DEWAN PENGUJI

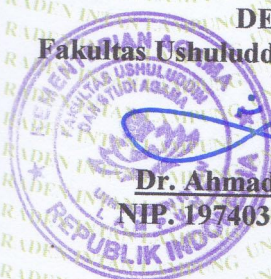
Ketua : **Agung M. Iqbal, M.Ag** 

Sekretaris : **Nurul Isnaini, M.PSi** 

Penguji Utama : **Drs. H.M. Nursalim Malay, M.SI** 

Penguji Pendamping I : **Prof. Dr. M. Afif Anshori, MA** 

Penguji Pendamping II : **Annisa Fitriani, S.Psi, MA** 



DEKAN
Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama

Dr. Ahmad Isaeni, MA
NIP. 197403302000031001

PEDOMAN TRANSLITERASI

Transliterasi Arab-Latin digunakan sebagai pedoman yang mengacu pada Surat Keputusan Bersama (SKB) Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan RI No. 158 Tahun 1987 dan Nomor 0543b/U/1987, sebagai berikut:

1. Konsonan Tunggal

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Keterangan
ا	alif	Tidak dilambangkan	Tidak dilambangkan
ب	ba ^ʿ	B	Be
ت	ta ^ʿ	T	Te
ث	ša	š	Es (dengan titik di atas)
ج	Jim	J	Je
ح	ħa	ħ	Ha (dengan titik di bawah)
خ	Kha	Kh	Ka dan Ha
د	Dal	D	De
ذ	Žal	Ž	Z (dengan titik di atas)
ر	Ra ^ʿ	R	Er
ز	Zai	Z	Zet
س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	Es dan Ye
ص	šad	š	Es (dengan titik di bawah)
ض	ḍad	ḍ	De (dengan titik di bawah)

ط	ṭa''	ṭ	Te (dengan titik di bawah)
ظ	ẓa''	ẓ	Zet (dengan titik di bawah)
ع	„ain	„	Koma terbalik di atas
غ	Gain	G	Ge
ف	Fa''	F	Ef
ق	Qaf	Q	Qi
ك	Kaf	K	Ka
ل	lam	L	El
م	Min	M	Em
ن	Nun	N	En
و	Wawu	W	We
هـ	Ha''	H	Ha
ء	Hamzah	´	Apostrof
ي	ya´	Y	Ye

2. Ta' Marbutah

- a. Bila dimatikan ditulis h

هبة	Ditulis	Hibbah
جزيلة	Ditulis	Jizyah

(ketentuan ini tidak diperlakukan terhadap kata-kata Arab yang sudah terserap ke dalam bahasa Indonesia, seperti sholat, zakat, dan sebagainya, kecuali bila dikehendaki lafal aslinya). Bila diikuti dengan kata sandang “al” serta bacaan kedua itu terpisah, maka ditulis dengan h.

- b. Bila ta" marbutah hidup atau dengan harakat, fathah, kasrah dan dammah ditulis t.

زكاة الفطر	Ditulis	Zakātul fiṭri
------------	---------	---------------

3. Vokal Pendek

_____	Kasrah	Ditulis	I
_____	Fathah	Ditulis	A
_____	Dammah	Ditulis	U

4. Vokal Panjang

Fathah + alif جاهلية	Ditulis	Ā
Fathah + ya" mati يسعى	Ditulis	jāhiliyyah ā
Kasrah + ya" mati كريم	Ditulis	yas' ā
Dammah + wawu mati	Ditulis	ī
فروض	Ditulis ditulis	karīm ū
	Ditulis	furūd
	Ditulis	

5. Vokal Rangkap

Fathah + ya" mati	Ditulis	Ai
بينكم	Ditulis	bainakum au
Fathah + wawu mati	Ditulis	qaulun
قول	Ditulis	

6. Vokal Pendek yang Berurutan dalam Satu Kata Dipisahkan dengan Apostrof

أنتم	Ditulis	A"antum
أعدت	Ditulis	u'iddat
شكرتم لنن	Ditulis	la"in syakartum

Kata Sandang Alif + Lam

- a. Bila diikuti huruf Qomariyyah

القرآن	Ditulis	al-Qurʿān
أقياس	Ditulis	al-Qiyās

- b. Bila diikuti Huruf syamsiyyah ditulis dengan menggandakan huruf syamsiyyah yang mengikutinya, serta menghilangkan huruf I (*el*) nya

السماء	Ditulis	as-Samāʿ
الشمس	Ditulis	asy-Syams



MOTTO

وَالَّذِينَ يُؤْذُونَ الْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنَاتِ بَغَيْرِ مَا كَتَبْنَا لَهُمْ فَكَيْفَ يَحْتَمِلُونَ

بُهْتَانًا وَإِثْمًا مُّبِينًا ﴿٥٨﴾

“Dan orang-orang yang menyakiti orang-orang mukmin laki-laki dan perempuan, tanpa ada kesalahan yang mereka perbuat, maka sungguh, mereka telah memikul kebohongan dan dosa yang nyata”

(QS. Al-Ahzab Ayat 58)



PERSEMBAHAN

Alhamdulillah peneliti panjatkan kepada Allah SWT. Taburan cinta dan kasih sayang-Mu telah memberikanku kekuatan, membekaliku dengan ilmu serta memperkenalkanku dengan cinta. Atas karunia serta kemudahan yang Engkau berikan akhirnya skripsi yang sederhana ini dapat terselesaikan. Sholawat dan salam selalu terlimpahkan keharibaan Rasulullah Muhammad SAW. Segala syukur peneliti ucapkan kepadaMu Ya Rabb, karena sudah menghadirkan orang-orang berarti disekeliling peneliti yang selalu memberi semangat dan doa, sehingga skripsi peneliti ini dapat diselesaikan dengan baik. Untuk karya yang sederhana ini, maka saya persembahkan untuk:

1. Untuk ayah Andi Novera dan ibu Zaimah terima kasih sudah memberiku cinta dan kasih sayang kalian, sudah membimbing peneliti, mendidik, memberi peneliti pelajaran tentang semua kehidupan, serta doa kalian sehingga peneliti bisa menyelesaikan skripsi ini.
2. Untuk adik Daffa Aldarisi, terima kasih atas semangat dan motivasi yang engkau berikan kepada peneliti sehingga peneliti bisa menyelesaikan skripsi ini.

RIWAYAT HIDUP

Nama lengkap Maouly Arumdati, dilahirkan di Pardasuka. 09 Agustus 1999. Peneliti merupakan anak pertama dari dua bersaudara, putri dari pasangan Bapak Andi Novera dan Ibu Zaimah. Alamat tempat tinggal di Pardasuka, Kabupaten Pringsewu Bandar Lampung.. Berikut riwayat pendidikan peneliti:

1. TK Aisiyah Pardasuka, Lulus pada tahun 2005
2. SDN 5 Pardasuka, Lulus pada tahun 2011
3. SMPN 1 Pardasuka, lulus pada tahun 2014
4. SMAN 1 Pardasuka, Lulus pada tahun 2017

Setelah menamatkan pendidikan di SMAN 1 Pardasuka tepatnya pada tahun 2017, peneliti terdaftar sebagai mahasiswi program studi S1 Psikologi Islam di Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama, UIN Raden Intan Lampung pada Tahun 2018



KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirahiim

Assalamuallaikum warahmatullahi wabarakatuh

Alhamdulillahirabbil'alamiin, puji syukur peneliti ucapkan kepada Allah SWT, yang telah memberikan segala kenikmatan, ilmu pengetahuan, kemudahan dan petunjuk-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini sebagai salah satu syarat dalam memenuhi gelar Sarjana Psikologi.

Dalam proses penyelesaian skripsi ini, peneliti menyadari bahwa skripsi yang ditulis ini masih jauh dari kat sempurna, sehingga kritik dan saran yang membangun sangatlah dibutuhkan untuk kedepannya. Selain itu, terselesaikannya skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan dari pihak-pihak yang turut serta dalam memberikan dukungan secara moril maupun materil. Oleh sebab itu, dengan segala hormat peneliti mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Dr. Ahmad Isnaeni, MA selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Raden Intan Lampung
2. Bapak Drs. H. M. Nursalim Malay, M.Si. selaku Ketua Prodi Psikologi Islam dan Ibu Annisa Fitriani, S.Psi, MA selaku seketaris Prodi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Raden Intan Lampung yang senantiasa membantu dan tanggap terhadap kesulitan-kesulitan mahasiswa.
3. Bapak Dr. M. Afif Anshori, MA selaku pembimbing I yang selalu meluangkan waktunya untuk membimbing dengan penuh kesabaran dan keikhlasan serta memberikan arahan yang sangat bermanfaat bagi peneliti selama menyelesaikan skripsi, ibu Annisa Fitriani, S.Psi, MA selaku pembimbing II yang selalu meluangkan waktunya untuk membimbing dengan sabar dan penuh pengertian, memberi motivasi, doa serta kepercayaan dalam penelitian skripsi ini.
4. Ibu Khoiriyah Ulfah, MA selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah memberikan bimbingan dan arahan terkait perkuliahan.

5. Bapak Agung M. Iqbal., M.Ag selaku ketua sidang, Ibu Nurul Isnaini, M.Psi selaku sekretaris sidang, Drs. H. M. Nursalim Malay, M.Si selaku penguji utama.
6. Seluruh dosen Fakultas Ushuluddin Studi Agama dan keluarga besar Program Studi Psikologi Islam yang telah memberikan ilmu dan mengajarkan banyak hal yang bermanfaat, serta seluruh karyawan Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama yang telah membantu proses administrasi dalam penelitian ini
7. SMK Satu Nusa 3 Bandar Lampung yang telah meluangkan waktu untuk berpartisipasi menjadi subjek pada penelitian ini.
8. Untuk sahabat-sahabat terbaik, terimakasih telah memberikan bantuan saat peneliti membutuhkannya, bentuk perjuangan ini tiada lepas dari support yang kalian berikan pada peneliti, Aris Sutiana, Fita Uly Erica dan Shabrina Hasar

Peneliti berharap kepada Allah SWT semoga apa yang telah mereka berikan dengan segala kemudahan dan keikhlasannya akan menjadi pahala dan amal yang barokah serta mendapat kemudahan dari Allah SWT. Aamiin.

Wassalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh

Bandar Lampung, 17 Maret 2023

Maouly Arundati
NPM. 1831080258.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
PERSETUJUAN	iv
PENGESAHAN	v
PEDOMAN TRANSLITERASI	vi
MOTTO	x
PERSEMBAHAN.....	xi
RIWAYAT HIDUP	xii
KATA PENGANTAR.....	xiii
DAFTAR ISI	xv
DAFTAR TABEL	xviii
DAFTAR GAMBAR	xix
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	7
E. Penelitian Terdahulu	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Perilaku Agresif	11
1. Pengertian Perilaku Agresif	11
2. Aspek-Aspek Perilaku Agresif	12
3. Faktor-Faktor Perilaku Agresif	13
4. Perilaku Agresif Dalam Islam	16
B. Regulasi Emosi	17
1. Pengertian Regulasi Emosi	11
2. Aspek-Aspek Regulasi Emosi	18
3. Cara Meregulasi Emosi	19
C. Hubungan Antara Regulasi Emosi Dan Perilaku Agresif	20
D. Kerangka Berpikir	22

E. Hipotesis	22
--------------------	----

BAB III METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian Dan Definisi Operasional.....	23
1. Identifikasi Variabel Penelitian	23
2. Definisi Operasional	23
B. Subjek Penelitian	24
1. Populasi	24
2. Teknik Sampling	25
3. Sampel	25
C. Metode Pengumpulan Data	25
1. Skala Perilaku Agresif	26
2. Skala Regulasi Emosi	28
D. Validitas Dan Reliabilitas	29
1. Validitas	29
2. Reliabilitas	30
E. Metode Analisis Data	30

BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN

A. Orientasi Kacah Dan Pelaksanaan Penelitian	31
1. Orientasi Kacah	31
2. Persiapan Penelitian	32
3. Pelaksanaan Try Out	34
4. Uji Validitas Dan Reliabilitas Instrumen	35
5. Penyusunan Skala Penelitian	37
B. Pelaksanaan Penelitian	39
1. Penentuan Subjek Penelitian.....	39
2. Pelaksanaan Pengumpulan Data	40
3. Skoring	40
C. Hasil Analisis Data Penelitian	40
1. Karakteristik Subjek	40
2. Deskripsi Statistik Variabel Penelitian	41
3. Kategorisasi Skor Variabel Penelitian	42
4. Uji Asumsi	45

5. Uji Hipotesis	49
6. Sumbangan Efektif Variabel Independen	50
D. Pembahasan	50

BAB V PENUTUPAN

A. Kesimpulan	51
B. Rekomendasi	51

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Blue Print Skala Perilaku Agresif	27
Tabel 3.2	Distribusi Aitem Skala Regulasi Emosi	29
Tabel 4.1	Rancangan Skala perilaku agresif Sebelum <i>Try Out</i>	32
Tabel 4.2	Rancangan Skala Regulasi Emosi Sebelum <i>Try Out</i>	33
Tabel 4.3	Distribusi Seleksi Aitem Skala <i>Try Out</i> Perilaku Agresif	35
Tabel 4.4	Distribusi Seleksi Aitem Skala <i>Try Out</i> Regulasi Emosi	36
Tabel 4.5	Skala Perilaku Agresif Setelah <i>TryOut</i>	38
Tabel 4.7	Skala Regulasi Emosi Setelah <i>TryOut</i>	39
Tabel 4.8	Frekuensi Subjek Berdasarkan Usia	41
Tabel 4.9	Deskripsi Data Penelitian	42
Tabel 4.10	Rumus Norma Kategorisasi	42
Tabel 4.11	Kategorisasi Skor Variabel Perilaku Agresif	43
Tabel 4.12	Kategorisasi Skor Variabel Regulasi Emosi	44
Tabel 4.13	Hasil Uji Normalitas	46
Tabel 4.14	Hasil Uji Hipotesis	49

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1	Diagram Frekuensi Subjek Berdasarkan Usia	41
Gambar 4.2	Diagram Lingkaran Kategorisasi Skor Variabel Perilaku Agresif	43
Gambar 4.3	Diagram Lingkaran Kategorisasi Skor Variabel Regulasi Emosi.....	45
Gambar 4.4	Hasil Uji Normalitas Visual Perilaku Agresif	47
Gambar 4.5	Hasil Uji Normalitas Visual Regulasi Emosi.....	47
Gambar 4.6	Visualisasi Hasil Uji Linieritas Regulasi Emosi VS Perilaku Agresif.....	48



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa. Pada masa ini remaja mencari identitas dirinya, masa ini adalah masa dimana individu rentan mengalami suatu masalah dalam dirinya. Menurut Papalia, Old dan Feldman (2015) masa remaja merupakan masa transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dan dewasa. Masa tersebut dimulai dari usia 12 atau 13 tahun dan berakhir pada usia belasan akhir atau awal dua puluhan tahun. Lingkungan sekolah merupakan lingkungan sosial remaja yang jauh lebih luas dibandingkan lingkungan sosial dirumah. Pada masa remaja individu akan merasa mampu menyelesaikan masalahnya sendiri tanpa harus melibatkan orang tua, guru maupun orang lain. Akan tetapi, beberapa aktivitas yang dilakukan oleh siswa tidak sesuai dengan keinginan yang ada dalam dirinya, sehingga banyak diantara mereka yang meluapkan energinya kearah yang negatif seperti perilaku agresif. Perilaku agresif dapat menjadi masalah dalam berbagai kehidupan termasuk disekolah (Thohar, 2018)

DiIndonesia permasalahan yang paling umum terjadi pada remaja adalah perilaku tawuran antar pelajar. Siswa SMA/SMK merupakan sekolah yang jenjangnya sama, akan tetapi mereka mempunyai perbedaan, perbedaannya adalah bahwa SMA merupakan sekolah menengah umum sedangkan SMK siswa telah dibekali pelajaran khusus sesuai dengan kejuruan yang diambilnya. Berdasarkan observasi siswa SMK lebih cenderung berperilaku agresif dan lebih sulit dikendalikan dari pada SMA. Oleh karena itu berdasarkan fenomena yang ada, yaitu masalah terkait perilaku agresif seperti tawuran banyak dilakukan oleh siswa SMK (Masruroh, 2015)

Remaja di Yogyakarta juga mengalami perluasan mengenai fenomena perilaku agresifitas. Seperti perkelahian antar siswa dan geng motor marak terjadi. Dalam hal ini, siswa mencari pelajar yang berasal dari sekolah yang berbeda dan dianggap sebagai musuh untuk diserang. Kekerasan yang ada di Yogyakarta ini dikenal dengan istilah ngelitih/klitih. Pada tahun 2016 lalu, puluhan permasalahan klitih telah terjadi di Yogyakarta. Permasalahan tersebut sudah menimbulkan banyak korban, bahkan terdapat juga yang sampai meninggal dunia. Kombes Pol Ahmad Dofiri mengatakan bahwa hingga akhir tahun ini sudah terdapat hingga 43 permasalahan klitih yang tercatat di banyak kepolisian Yogyakarta (Kurniawati, Situmorang & Urbayatun, 2022). Selain itu, kasus lain di Yogyakarta juga ditemukan oleh Li (2021) terdapat 40% siswa usia SMK mengalami kekerasan fisik oleh teman sebaya dan 75% siswa lainnya mengakui pernah melakukan kekerasan fisik di sekolah.

Selain kasus yang ada di Yogyakarta. Kasus kekerasan pada remaja juga terjadi di Bandar Lampung. Dikutip dari Tribun Lampung Jumat (4/6/2022) tiga orang pelajar SMK di Bandar Lampung diamankan oleh jajaran Samapta Polresta Bandar Lampung. Hal tersebut karena mereka melakukan tindakan agresif berupa tawuran. Mereka melakukan tawuran tepatnya di Jalan Soekarno Hatta, Suka Bumi Bandar Lampung.

Selanjutnya, berita dari Tribun Lampung Selasa (1/2/2022) terdapat 36 orang pelajar SMK di amankan oleh Aparat Kepolisian karena terlibat aksi tawuran di dekat Mall Ramayana, Bandar Lampung. 36 pelajar SMK tersebut melakukan tawuran. Pada saat itu, polisi menemukan sebuah senjata tajam jenis celurit dan 1 gergaji yang dibawa oleh salah satu pelajar yang ikut serta dalam tawuran tersebut. Adanya kasus tawuran tersebut, Disdikbud Lampung Zuraida Kherustika, meminta orang tua memberikan perhatian lebih kepada anak, agar meminimalisir para pelajar untuk melakukan perilaku agresif tersebut (Muhammad, 2022).

Perilaku tawuran diatas bisa terjadi karena remaja SMK tersebut tidak dapat memenuhi tugas perkembangannya dengan

baik. Menurut Havighurst (2015) remaja memiliki 10 tugas perkembangan yaitu mencapai hubungan dengan teman sebaya, mencapai perasn sosial sebagai pria atau wanita, menerima keadaan fisik dan menggunakannya secara efektif, mencapai kemandirian emosional dari orang tua dan orang dewasa lainnya, mencapai kemandirian ekonomi, Belajar serta memilih dan mempersiapkan karir, mengembangkan keterampilan intelektual, mencapai tingkah laku yang bertanggung jawab secara sosial, memperoleh seperangkat nilai dan sistem etika sebagai pedoman dalam tingkah laku. Terkait masalah tentang tawuran, terlihat jelas bahwa individu yang terlibat dalam hal tersebut tidak bertanggung jawab atas tinkah lakunya dalam kehidupan sosial, remaja tidak memiliki etika dalam bertingkah laku.

Menurut Familia (2006) perilaku agresif adalah tindakan yang bersifat kekerasan yang dilakukan oleh manusia terhadap sesamanya. Dalam perilaku agresif terkandung maksud untuk membahayakan, merugikan, serta mencedera individu lain. Perilaku agresif adalah bentuk kekerasan yang bisa menimbulkan korban jiwa, merugikan diri sendiri dan orang lain. Perilaku agresif merupakan tindakan penghinaan, rasa sakit, atau perilaku antisosial, disosiasi, depresi, kecemasan dan gejala trauma lainnya, serta masalah yang terdapat dalam emosinya. Remaja yang agresif akan banyak mendapati konflik atau kondisi yang tidak menyenangkan, akan ditakuti banyak teman sehingga hal tersebut akan menyebabkannya terisolir dari lingkungan pertemanannya serta mengakibatkan permusuhan (Kurniawati et al., 2022).

Dalam QS. An-Nahl ayat 90 telah diterangkankan sebagai berikut:

﴿ إِنَّ اللَّهَ يَأْمُرُ بِالْعَدْلِ وَالْإِحْسَانِ وَإِيتَايِ ذِي الْقُرْبَىٰ وَيَنْهَىٰ عَنِ
الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ وَالْبَغْيِ ۚ يَعِظُكُمْ لَعَلَّكُمْ تَذَكَّرُونَ ﴾

Artinya: Sesungguhnya Allah menyuruh berlaku adil, berbuat kebajikan, dan memberikan bantuan kepada kerabat. Dia (juga) melarang perbuatan keji, kemungkaran, dan permusuhan. Dia memberi pelajaran kepadamu agar kamu selalu ingat.

Shihab (2012) dalam tafsir Al-Misbah menafsirkan pada surat An-Nahl ayat 90 bahwa Allah memerintahkan hamba-Nya untuk berlaku adil dalam setiap perkataan dan perbuatan. Allah memerintahkan manusia untuk selalu berusaha menuju yang lebih baik dalam setiap usahanya. Allah memerintahkan mereka untuk memberikan apa yang dibutuhkan oleh para kerabat sebagai cara untuk memperkokoh ikatan kasih sayang. Allah melarang mereka berbuat dosa, lebih-lebih dosa yang amat buruk dan segala perbuatan yang tidak dibenarkan oleh syariat dan akal sehat. Allah melarang mereka menyakiti orang lain. Allah bermaksud membimbing mereka menuju kemaslahatan dalam setiap aspek kehidupan, agar kalian selalu ingat karunia-Nya dan menaati firman-firman-Nya. Dari ayat tersebut dapat disimpulkan bahwa sudah jelas Allah melarang setiap orang untuk saling menyakiti, bermusuhan ataupun berperilaku kasar terhadap sesama, Artinya Allah melarang hambanya untuk berperilaku agresif. Akan tetapi, berdasarkan fenomena yang ada, masih sering dijumpai remaja yang berperilaku agresif, hal ini didukung dengan beberapa data.

Menurut penelitian Puspawardhani (2021) kasus agresivitas yang sering terjadi adalah kemarahan, permusuhan, fisik serta verbal. Menurut (Wardah, 2020) mengungkapkan bahwa salah satu faktor penyebabnya perilaku agresif pada remaja adalah regulasi emosi, Wardah (2020) menyatakan bahwa tingkat agresivitas akan menurun jika regulasi emosi individu tinggi. Hal tersebut sejalan dengan pendapat yang diungkapkan oleh Buss dan Perry (2002) yang menyatakan bahwa faktor yang mempengaruhi perilaku agresif yaitu faktor situasional yaitu bagian frustrasi terdapat regulasi emosi didalamnya. Akibat adanya frustrasi dari keadaan yang tidak menyenangkan menyebabkan individu sulit untuk mengontrol emosinya, hal tersebut dapat membawa pengaruh besar yaitu munculnya perilaku agresif. Hal itu sejalan dengan hasil

penelitian yang telah dilakukan oleh Putryani, Situmorang dan Bashori (2021) yang menunjukkan bahwa regulasi emosi dapat mempengaruhi perilaku agresif pada siswa. Putryani (2021) mengungkapkan bahwa semakin tinggi regulasi emosi maka akan semakin rendah perilaku agresif siswa. Selanjutnya, Penelitian yang dilakukan oleh Thohar (2018) dimana mengungkapkan hasil penelitian yang sama bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari regulasi emosi terhadap perilaku agresif remaja. Thohar, (2018) menyatakan bahwa apabila tingkat regulasi emosi yang dimiliki individu tinggi maka agresivitasnya akan menurun dan sebaliknya, jika tingkat regulasi emosi yang dimiliki oleh individu rendah maka akan menyebabkan perilaku agresif menjadi tinggi.

Reivich dan Shatte (2002) menjelaskan bahwa regulasi emosi adalah kemampuan individu untuk tenang dibawah tekanan yaitu adanya ketenangan dan fokus. Individu yang mampu mengelola kedua keterampilan tersebut maka akan mampu dalam meredakan emosinya. Individu yang memiliki kemampuan regulasi emosi yang tinggi maka akan mampu mengelola keadaan dirinya saat merasa kesal, sehingga individu dapat mengatasi masalah yang ia alami dengan baik (Umasugi, 2015)

Lalu, berdasarkan wawancara yang telah dilakukan peneliti ditempat penelitian yaitu SMK Satu Nusa 3, peneliti melakukan wawancara terhadap 5 orang siswa/i. Pertama, wawancara dilakukan oleh peneliti dengan siswa berusia 17 tahun berinisial SP, remaja tersebut mengungkapkan pernah beberapa kali terlibat dalam tawuran, bahkan SP mengungkapkan bahwa tidak pernah merasa takut saat di tangkap polisi, SP melakukan tawuran karena tidak mau dipandang lemah oleh lawannya. Kedua, wawancara yang dilakukan kepada siswa yang berinisial TO berusia 17 tahun, TO menyatakan bahwa TO termasuk remaja yang pernah mengikuti tawuran, dan tawuran merupakan hal yang lumrah dilakukan, TO mengungkapkan bahwa orang tuanya tidak terlalu mepedulikan apa yang TO lakukan, hal itu dikarenakan orang tuanya sibuk dengan pekerjaannya. Ketiga, wawancara yang dilakukan oleh peneliti terhadap remaja dengan usia 16 tahun berinisial TR, TR menyatakan bahwa pernah berkelahi dengan

temannya, perkelahian tersebut terjadi karena masalah yang tidak terlalu besar, tapi membuat TR hingga diberi hukuman disekolah. Keempat, wawancara dilakukan kepada siswa usia 17 tahun inisial YG, YG mengungkapkan bahwa pernah ikut tawuran bersama dengan geng tongkrongannya, tawuran tersebut membuatnya jera karena YG sempat diamankan oleh polisi. Kelima, wawancara dilakukan oleh peneliti terhadap siswa usia 17 tahun inisial Mi, Mi mengungkapkan bahwa tidak pernah tawuran, akan tetapi Mi pernah berkelahi dengan temannya hingga terluka dan dibawa ke Rumah Sakit, hal tersebut terjadi karena kesalahpahaman yang membuatnya sulit untuk mengontrol emosi.

Apabila fenomena diatas diabaikan dan dibiarkan secara terus menerus, maka akan sangat mungkin mendorong semakin banyak remaja yang tidak dapat menciptakan regulasi emosi yang tinggi sehingga membuat seseorang berperilaku agresif. Hal tersebut, tentunya akan membawa masalah dalam kehidupan mendatang bagi individu, orang tua, dan orang lain, serta akan memberi pengaruh yang besar terhadap kehidupan, maka dengan demikian dipandang perlu untuk meneliti persoalan terkait perilaku agresif, dengan mengacu berdasarkan penelitian terdahulu bahwa ada hubungan antara regulasi emosi dengan perilaku agresif pada remaja, maka peneliti mencoba untuk melakukan penelitian dengan judul : “Hubungan Antara Regulasi Emosi dengan Perilaku Agresif pada Remaja”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan terkait latar belakang yang di berikan maka permasalahan yang ada dalam penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan antara regulasi emosi dengan perilaku agresif pada remaja ?”

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara regulasi emosi dengan perilaku

agresif pada remaja.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis. Adapun manfaat penelitian ini sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dalam penelitian ini adalah agar dapat memberikan manfaat berupa pengetahuan, ide, wawasan tentang keilmuan psikologi, khususnya keilmuan Psikologi Pendidikan.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Remaja: Dapat membuat remaja lebih memahami tentang enosinya sehingga remaja dapat meregulasi emosi dengan baik sehingga dapat terhindar dari perilaku agresif
- b. Bagi Sekolah SMK: Dapat menciptakan lingkungan sekolah yang mendukung siswa dalam kegiatan positif sehingga siswa dapat meregulasi emosi negative menjadi kegiatan yang bersifat positif untuk perkembangan emosi siswa
- c. Orang Tua: dapat mengajak anak untuk melakukan kegiatan positif dirumah, memperbanyak aktifitas fisik dirumah, sehingga meminimalisir kemungkinan anak untuk pergi keluar rumah guna melakukan perilaku agresif. Selain itu, orang tua dapat memantau aktivitas anak diluar rumah atau sekolah serta selalu berkomunikasi bersama anaknya tentang kegiatan apa yang dilakukan setiap hari.
- d. Bagi Peneliti Selanjutnya: Dapat dijadikan sumber pengetahuan bagi peneliti selanjutnya yang akan meneliti terkait masalah yang sama yaitu perilaku agresif kaitannya dengan regulasi emosi.

E. Penelitian Terdahulu yang Relevan

Pada penelitian ini terdapat sebuah acuan yang digunakan untuk melakukan penelitian. Artinya, terdapat penelitian-penelitian terdahulu yang serupa dengan penelitian yang akan dilakukan. Penelitian-penelitian terdahulu yang mendukung adalah sebagai berikut :

1. Pertama, Penelitian yang dilakukan oleh Putryani et.al (2021) dalam jurnalnya yang berjudul "*Prilaku Agresif Siswa dilihat dari Regulasi Emosi*". Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian yang akan dilakukan terletak pada variabel yang digunakan yaitu variabel bebas regulasi emosi dan variabel terikat perilaku agresif, sama-sama menggunakan subjek remaja, serta sama-sama menggunakan pendekatan kuantitatif, sama-sama dengan uji analisa product moment. Perbedaan terletak pada *Soft Ware* yang digunakan untuk uji analisis, penelitian tersebut menggunakan SPSS sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan JASP.
2. Kedua, Penelitian yang dilakukan oleh Thohar (2018) dalam jurnalnya yang berjudul "*Regulasi Emosi sebagai Prediktor Perilaku Agresifvitas Remaja Warga Binaan LPKA*". Persamaan antara penelitian tersebut dengan penelitian terdahulu yaitu terletak pada variabel bebas dan variabel terikat yang digunakan, metode penelitian yang digunakan. Perbedaan terletak pada *Soft Ware* yang digunakan untuk uji analisis, penelitian tersebut menggunakan SPSS sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan JASP.
3. Ketiga, Penelitian yang dilakukan oleh Permatasari et.al (2021) dalam jurnalnya yang berjudul "*Hubungan Regulasi Emosi dan Konformitas Teman Sebaya dengan Prilaku Agresif di Pontianak*". Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu sama-sama menggunakan metode kuantitatif, menggunakan variabel perilaku agresif sebagai variabel terikat, serta menggunakan subjek remaja. Perbedaannya terletak pada variabel bebas yang digunakan, dalam penelitian terdahulu menggunakan

dua variabel bebas yaitu regulasi emosi dan konformitas teman sebaya, sedangkan dalam penelitian yang akan dilakukan hanya menggunakan satu variabel bebas yaitu regulasi emosi. Perbedaan terletak pada *Soft Ware* yang digunakan untuk uji analisis, penelitian tersebut menggunakan SPSS sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan JASP, menggunakan teori yang berbeda dan skala yang berbeda.

4. Keempat, Penelitian yang dilakukan oleh Netrasari (2015) yang berjudul "*Studi Kasus Perilaku Agresif Remaja di Pondok Pesantren*". Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian yang akan dilakukan terletak pada subjek yang digunakan yaitu remaja, sama-sama meneliti masalah yang sama yaitu terkait perilaku agresif. Perbedaan terletak pada jenis penelitian, penelitian terdahulu menggunakan jenis penelitian kualitatif sedangkan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti jenisnya adalah kuantitatif, selain itu perbedaan terletak pada teori yang digunakan dan skalayang berbeda.
5. Kelima, Penelitian yang dilakukan oleh Dvikaryani dan Jannah (2020) dalam jurnalnya yang berjudul "*Hubungan Antara Regulasi Emosi dengan Agresifitas Atlit Tinju Batalyon Artileri Pertahanan Udara Sedang 8*". Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu terletak pada variabel terikat dan variabel bebas yang digunakan, jenis penelitiannya. Perbedaan terletak pada teori, skala, dan subjek yang digunakan.

Dari beberapa penelitian terdahulu diatas, penelitian yang akan dilakukan memiliki keunikan tersendiri, keunikan tersebut merupakan pembeda antara penelitian terdahulu dengan penelitian yang akan dilakukan, keunikannya yaitu terletak pada subjek yang digunakan yaitu siswa SMK, Analisis data menggunakan *Soft Ware* yang berbea yaitu JASP satu skala penelitian peneliti menyusun sendiri yaitu Skala Variabel terikat Perilaku Agresif dengan menggunakan teori yang berbeda dari teori pada penelitian sebelumnya.

BAB V

PENUTUPAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah peneliti laksanakan, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Ada Hubungan negatif yang signifikan antara regulasi emosi dengan perilaku agresif pada remaja. Semakin tinggi regulasi emosi maka perilaku agresif akan semakin rendah, sebaliknya semakin rendah regulasi emosi maka perilaku agresif akan semakin tinggi. Sumbangan efektif variabel regulasi emosi adalah sebesar 53,3% dan sisanya 46,7 dipengaruhi oleh faktor-faktor lain diluar penelitian seperti sifat, jenis kelamin, keyakinan, sikap, nilai, tujuan jangka panjang, provokasi, frustasi, rasa sakit, dan obat-obatan.

B. Rekomendasi

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti, maka peneliti dapat memberikan saran yaitu sebagai berikut :

1. Bagi Remaja

Bagi remaja terutama yang masih menempuh pendidikan SMA/SMK diharapkan untuk dapat mengevaluasi dan memodifikasi reaksi emosinya yang dilakukan secara sadar maupun tidak yang bertujuan untuk tidak mudah melakukan perilaku agresif yang dapat menyakiti orang lain baik secara fisik maupun psikologis

2. Bagi Sekolah

Bagi Sekolah baik SMA/SMK diharapkan dapat menciptakan lingkungan sekolah yang dapat membangun regulasi emosi pada remaja dengan cara melakukan pemantauan, dan penilaian sehingga siswa dapat terhindar

dari perilaku agresif.

3. Bagi Orang Tua

Bagi Orang tua diharapkan dapat mengetahui faktor-faktor penyebab terjadinya perilaku agresif sehingga dapat mencegah anak untuk melakukan perilaku agresif dan melakukan penanganan dini.

4. Bagi Peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian dengan variabel yang lainnya yang mempengaruhi perilaku agresif seperti variabel sifat, jenis kelamin, kekayaan, sikap, nilai, tujuan jangka panjang, frustrasi, provokasi, rasa sakit dan obat-obatan



DAFTAR PUSTAKA

- Aronson, E., Wilson, T. D., & Sommers, S. R. (2007). *Social Psychology*. Pearson Education India.
- Atkinson, R. L., Atkinson, R. C., & Hilgard, E. R. (1999). Pengantar Psikologi (Ed. 8), Jilid 2. In *Penerbit Erlangga*.
- Azwar, S. (2016). *Metode Penelitian*. Pustaka Pelajar.
- Balter, L., & Tamis, L. C. S. (2005). *Child Psychology: A Handbook of Contemporary Issues*. Psychology Press.
- Baron, R. A., & Byrne, D. (2005). Psikologi Sosial. In *Erlangga*.
- Berkowitz, L. (1995). *Agresif 1: Sebab dan Akibatnya*. Pustaka Binaman Pressindo.
- Buss, A. H., & Perry, M. (2002). The Aggression Questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63(3), 452.
- Carysa, Y. T. (2019). Pengaruh Regulasi Emosi terhadap Agresifitas pada Atlet Sepak Bola Usia Remaja. In *Universitas Sanata Dharma, Skripsi*.
- Chaplin, J. P., & Kartono, K. (2005). *Kamus Lengkap Psikologi*. Rajawali Pers.
- Cooper, D. (2003). *Business Research Methods*. McGraw Hill, Inc.
- Dayakisni, T. (2003). *Psikologi Sosial*. Umm Press.
- Dvikaryani, N. K. S. H., & Jannah, M. (2020). Hubungan Antara Regulasi Emosi dengan Agresifitas Atlet Tinju Batalyon Artileri Pertahan Udara Sedang 8. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi.*, 7(3).
- Eisenberg, N., & Spinrad, T. L. (2004). Emotion- Related Regulation: Sharpening the Definition. *Child Development*, 75(2), 334–339.
- Familia, T. P. (2006). Menyikapi Perilaku Agresif Anak. *Jokjakarta: Penerbit Kanisius*.
- Garber, J., & Dodge, K. A. (1991). *The Development of Emotion Regulation and Dysregulation*. Cambridge University Press.

- Gross, J. J. (2015). *Handbook of Emotion Regulation*. The Guilford Press.
- Gross, J. & Thompson, R. A. (2007) Emotion Regulation Conceptual,” in *Handbook of Emotion Regulation*, New York: Guilfords Publication.
- Havighurst, S. S., Duncombe, M., Frankling, E., Holland, K., Kehoe, C., & Stargatt, R. (2015). An Emotion-Focused Early Intervention for Children With Emerging Conduct Problems. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 43(4), 749–760.
- Katsir, I. (2004). Tafsir Ibnu Katsir Jilid 5. In *Pustaka Imam Asy-Syafi'i*.
- Kostiuk, L. M., & Fouts, G. T. (2002). Understanding of Emotions and Emotion Regulation in Adolescent Females With Conduct Problems: A Qualitative Analysis. *The Qualitative Report*, 7(1), 1–15.
- Malay, M. N. (2015). Belajar Mudah & Praktis (Analisis Data dengan SPSS dan JASP). In *CV Madani Jaya*.
- Masruroh. (2015). *Perbedaan Persepsi Siswa tentang Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Agresif Pada Siswa Kelas XI SMK Se-Kabupaten Kedal*. Universitas Negeri Semarang.
- Mauss, I. B., Levenson, R. W., McCarter, L., Wilhelm, F. H., & Gross, J. J. (2005). The Tie That Binds? Coherence Among Emotion Experience, Behavior, And Physiology. *Emotion*, 5(2), 175.
- Mu'mina Kurniawati, S. J., Situmorang, N. Z., & Urbayatun, S. (2022). Hubungan antara Regulasi Emosi dengan Perilaku Agresif pada Siswa SMA di Yogyakarta. *Psyche 165 Journal*, 7–12.
- Muhammad, J. (2022). *3 Pelajar Terlibat Tawuran di Bandar Lampung Diamankan Polisi* (Tribun Bandar Lampung). <https://lampung.tribunnews.com/2022/06/04/3-pelajar-terlibat-tawuran-di-bandar-lampung-diamankan-polisi>
- Musadad, M. (2021). *Perilaku Agresif dalam Al-Qur'an (Telaah*

Terhadap Al-Qur'an dan Tafsirnya Kementerian Agama RI.
Pascasarjana Institut Ilmu Al-Quran (IIQ) Jakarta.

- Myers, D. G. (2010). *Social Psychology; Tenth Edition*. McGraw Hill.
- Netrasari, E. (2015). Studi Kasus Perilaku Agresif Remaja di Pondok Pesantren. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2015). Human Development: Perkembangan Manusia. In *Salemba Humanika*.
- Permatasari, S., Situmorang, N. Z., & Safaria, T. (2021). Hubungan Regulasi Emosi dan Konformitas Teman Sebaya dengan Perilaku Agresif di Pontianak. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 3(6), 5150–5160.
- Puspawardhani, A. (2021). Pengaruh Pengendalian Emosi Dan Kemampuan Komunikasi Interpersonal Terhadap Agresivitas Antar Teman Sebaya Pada Siswa Kelas Viii Di Sekolah Menengah Pertama Muhammadiyah Kasihan. *G-COUNS: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 5(2), 177–183.
- Putri, S. A. W., & Handayani, A. (2020). Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dan Regulasi Emosi Terhadap Kecemasan Menghadapi Pertandingan Pada Atlet Karate Di Kota Demak. *Proyeksi: Jurnal Psikologi*, 15(1), 88–97.
- Putryani, S., Situmorang, N. Z., Bashori, K., & Syuhada, M. N. (2021). Perilaku Agresif Siswa Dilihat Dari Regulasi Emosi. *Jurnal Psikologi: Media Ilmiah Psikologi*, 19(2).
- Reivich, K., & Shatte, A. (2002). *The Resilience Factor: 7 Essential Skills for Overcoming Life's Inevitable Obstacles*. Broadway books.
- Rolston, A., & Lloyd-Richardson, E. (2017). What Is Emotion Regulation and How Do We Do It. *Cornell Research Program on Self-Injury and Recovery*, 1–5.
- Sawitri, B. (2017). Hubungan antara regulasi emosi dengan perilaku bullying pada remaja. Universitas Setia Budi Surakarta,
- Shihab, M. Q. (2012). *Tafsir al-Misbah*. Lentera Hati.

- Sudaryono, D. (2017). *Metodologi Penelitian: Penelitian Kualitatif*. PT. RajaGrafindo Persada, Depok.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. PT Alfabet.
- Thohar, S. F. (2018). Regulasi Emosi Sebagai Prediktor Perilaku Agresifvitas Remaja Warga Binaan LPKA. *Psikoislamika: Jurnal Psikologi Dan Psikologi Islam*, 15(1), 29–34.
- Thompson, R. A. (1994). Emotion Regulation: A Theme in Search of Definition. In *Monographs of the society for research in child development*. JSTOR.
- Umasugi, S. C. (2015). Hubungan antara Regulasi Emosi dan Religiusitas dengan Kecenderungan Perilaku Bullying pada Remaja. *Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan*, 2(1).
- Wardah, A. (2020). Keterbukaan Diri dan Regulasi Emosi Peserta didik SMP Korban Bullying. *Indonesian Journal of Learning Education and Counseling*, 2(2), 183–192.

